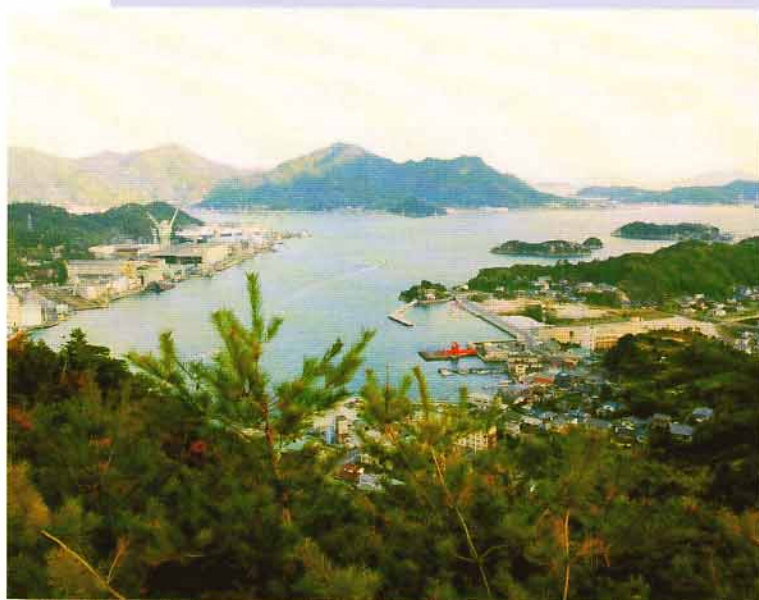


えひめ

健康だより

2004

No.15



立石山頂から望む立石港付近(上島町 生名)

対岸の因島(広島県)と島とを結ぶ公営渡船が生名の人々の生活の足です。

CONTENTS

「信頼・安心(癒し)・満足」の人間ドック……1～4

結核予防週間・
2004結核フォーラムinえひめのお知らせ……5

わたしの街から……6
～上島町 生名保健センター～



財団
法人

愛媛県総合保健協会

「信頼・安心(癒し)・満足」の人間ドック

財団法人 愛媛県総合保健協会 医局 大塚 博紀

昨年度開設の人間ドックは、おかげさまで各方面の皆様からの強いご支援をいただき、昨年度は1,500名弱、本年は2,500名（予定）と、設立当初からたくさんの方に受診いただいております。とてもありがたいことであり、職員一同深く感謝申し上げますとともに、今後一層、受診いただきました方からの信頼と満足に応えられますよう、いたらぬところのご指摘も頂戴し、改善することを積み重ね、さらに高品質・高精度の診断医療を提供させていただく所存でございます。

当協会人間ドックの特徴といたしましては、①「癒し」を考えたドック専用フロアで受診いただけます。②スタッフはそれぞれ満足いただける接遇と、高い技術レベルを目指しています。③女性専用の日と、女性特有の病気に対応したコースがあります。④ストレスチェック・睡眠時無呼吸検査・乳腺超音波検査などの新しい検査も導入しています。⑤冊子形式の詳しい結果報告に、見やすく詳細な説明書をつけて2週間後頃までにはお届けします。また、受診後3ヶ月頃には、ステップアップ健診も実施し、事後のご相談にも力を入れています。⑥検査内容については、できるだけ苦痛は少なく、しかし精度の高い検査をするという相反する要求を考慮しつつ、受診いただいた方からのご要望、各種疾患の増減、新しい医学的見地などを考慮し、標準検査項目の改廃や、精度・標準値の見直しをおこなっていることなどが上げられます。

1. 「癒し」を考えたドック専用フロアでの受診



当協会ビル3階の人間ドック専用フロアですべての検査が受診できます。「受診着のままで、上へ下へとあちらこちらに検査を受けに行く」ということはありません。また、受診着も女性の目と感覚で選んだもので、前がはだけるといったこともありません。ソファや机、観葉植物なども、女性スタッフが癒しや快適さを考慮して厳選したものを設置し、管理しています。医療機関にありがちな「冷たさ」を廃し、快適に受診いただけるよう考慮しております。

ドックを受診いただいた方に召し上がっていただいている昼食も、素材を重視したものを出していただけるよう提供元である地元で有名なお寿司屋さんをお願いしており、このお食事にも大変なご好評をいただいております。

2. スタッフはご満足いただける接遇と、高い技術レベルを目指しています

ドックスタッフは常日頃から接遇について注意するとともに、いたらぬ点についてご指摘があったときには、そのたび改善するように努めております。

また、スタッフには①問診や生活栄養指導のプロである保健師を3名配置、②女性特有の疾患（乳腺・子宮癌）検査では、必ず女性医師と女性技師（看護師）で実施、③検査結果の判読はそれぞれの経験ある専門的な医師が実施、④認定技師と認定医師でのマンモグラフィ（乳房X線）の管理、⑤認定技師による胃（バリウム）検査の管理、⑥研修を受けたスタッフでのストレスチェックや運動指導の実施など、それぞれに高い技術と精度のレベルを持った人員を配置し、実施しております。今後も組織を挙げ、また個々にもさらなる高い技術レベルと精度を目指しているところであります。



主な認定状況

- マンモグラフィ：マンモグラフィ検診精度管理中央委員会
認定医師、認定診療放射線技師、マンモグラフィ検診認定施設
四国がんセンターに続き、愛媛県内では2施設目の三者（医師・技師・施設）認定施設です。
- 胃（バリウム）検査：日本消化器集団検診学会認定 指導施設、胃がん検診専門技師
- ストレスチェックなど：中央労働災害防止協会 心と体の健康づくり（THP）研修修了
心理相談員、産業保健指導者、ヘルスケア・トレーナー、健康測定研修修了医師 など
- 臨床研修：厚生労働大臣 臨床研修協力施設
日本医師会「指導医のための教育ワークショップ」修了医師

3. 女性専用の日と、女性特有の病気に対応したコースを設置

近年、日本でも女性の乳がん死亡率が急速に伸びてきたこと、子宮がんが若年化してきたこと、それに愛媛県内の子宮がん死亡率が日本一になったことなどから、女性特有の疾患である乳がん・子宮がん・卵巣がんなどへの対応が重要な課題となってきました。また、女性だけの受診日があったほうがよいというご要望もあり、女性専用の受診日（レディースデイ）と、女性特有の病気に重点を置いた「レディースコース」「セレブリティコース」を設定しております。女性専用の日には、受診者は全員女性であるのはもちろん、女性特有の疾患（子宮がん・乳がん）の検査にかかるスタッフ（婦人科医師を含む）は必ず女性で実施しています。

セレブリティコースは、奥島病院と、奥島病院副院長 今井洋子先生、同病院婦人科部長 千葉丈先生のご協力をいただき、一般の子宮がん検診（子宮頸部のみ）では実施しない「子宮体部」「卵巣」についても検査を実施するコースで、多くの女性からご好評を



いただいております。最近、定員枠あふれ状況が続いておりまして、予約が難しい状況でありますことにお詫びと感謝を申し上げます。

4. 新しい医学的見地をとりいれ、できるだけ新しい検査体制としています

〈Ⅰ. ストレスチェック〉

職場でのストレスによる過労死や精神障害は、近年大きな課題となってきました。当協会では、全国的に健診機関や事業所において採用されてきている厚生労働省の研究班によって開発された「職業性ストレス簡易調査票」を用いた調査を行い、研修を受けた保健師がストレスに対する対処法や職場調整について、ご本人からはもとより、場合によっては職場健康管理担当者の皆様からのご相談もお受けしております。



〈Ⅱ. 睡眠時無呼吸検査〉

電車や大型自動車の運転などにかかわっている方が、睡眠時無呼吸症候群によって事故を引き起こしたという事例がマスコミ報道により広く知られるところとなりました。睡眠時無呼吸症候群の疑いについての問診と、簡易型検査機で一晩の検査によって、睡眠時無呼吸についての検査を実施できるようにしております。

〈Ⅲ. 乳腺超音波検査〉

マンモグラフィ（乳房X線検査）は、乳がんが増えたことや、視触診では発見されなかった乳がんがあることで脚光を浴びマスコミをにぎわしました。しかしながら、マンモグラフィとて実際のところ40歳代くらいまでの乳腺が発達している方に対しては、たとえ異常があつたとしても正常な乳腺の影となつて見つからないことが多い（40歳代では多く見積もって5人に1人くらいは見つからない）という権威ある発表もあります。では、30歳代や40歳代の乳がんをどうやって発見するかということになりますと、現時点ですぐに取り組めるのは乳腺超音波検査であると思われます。この検査についても検診でやることについての課題はまだいろいろありますが、被爆もなく、現在検診で利用されている機器を使って比較的簡単に受けられる検査であるため、お勧めできると思われます。

〈Ⅳ. ヘリカルCTを標準項目に〉※来年度より35歳以上対象予定

肺がんは、特に40歳以上の男性にとっては、依然として多い病気です。しかしながら、通常の健診において撮影する胸部X線写真では、ある程度の大きさになるまで発見することは難しく、また、写真の特性上、肺の一部は見えないところができるため、見えない場所でがんができてくる場合には発見しにくいのが現状です。その欠点を補うヘリカルCTを導入して肺がんの発見に努めております。また、ヘリカルCTによる健診は、愛媛県が先進県でもあります。

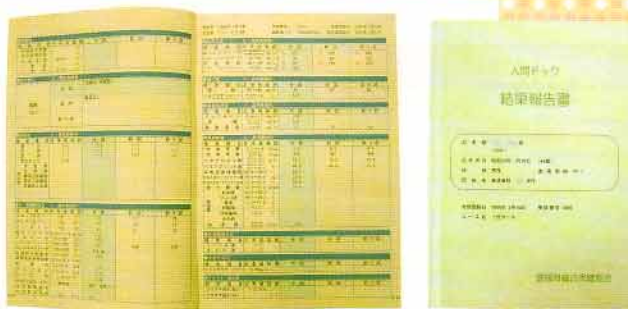


〈Ⅴ. 腫瘍マーカーを標準検査項目から除外〉

腫瘍マーカーは、一部のもの（前立腺がんの検診であるPSAなど）を除いて、近年、健診などのスクリーニングにおいて利用するのは望ましくないという見解が一般的となってきました。これは、腫瘍マーカーの結果が悪いからといってがんでないことも多く、逆に腫瘍マーカーが正常だからがんがないともいえないといった矛盾が多くでるためです。このような状況をふまえ当協会人間ドックにおいては、腫瘍マーカーを標準項目からはずしてオプション検査とし、希望される方だけに受けていただくようにしております。

5. 冊子形式の報告書と詳しい解説書のお届け、事後相談の強化

ご報告については、祝日が入る場合などの特殊事情を除くほとんどの場合において2週間後頃にはお届けいたしております。また、報告書はA4冊子形式にて大きく詳しい内容でお届けし、詳しい解説書も一緒にお届けいたします。



人間ドックは、受けただけでは本当の効果はありません。受けた後の対策や効果判定が重要です。当協会では受診後3ヶ月程度たったときにステップアップ健診（事後健診）のご案内を差し上げます。ステップアップ健診を受診いただくことで、生活習慣病対策の効果や結果の推移がわかるように



なっております。もし、そのときに効果が薄ければ、再度保健師などが食事や運動の対策についてご相談させていただくようになっております。生活改善へのはげみにもなりますので、是非、ふるってご参加ください。

6. 苦痛は少なく、その中でできるだけ精度の高い検査を目指します

検査は、苦痛が強い（被爆量が多い）もののほうが精度も高いというのが一般的です。しかし、病気などで何らかの症状があつて病院を受診し、詳しい検査を受けないといけなときは別として、人間ドックのような健康診断においては、被爆が多かったり、苦痛が強かったりする検査はできるだけ避けたいというのが、「信頼・安心（癒し）・満足」を理念とする当協会人間ドックの方針でもあります。ただ、そうはいつでも信頼のおける検査精度でなくてはなりません。この相反する要求のバランスをとりつつ検査方法を決定しています。具体的には、採血回数（量）を少なくすることと得られる情報量とのバランス（血糖やOGTT検査について）、被爆と得られる情報についてのバランス（骨密度について）、胃バリウム検査と胃カメラのバランスなどについて、最新の見地や動向と当協会の実情をふまえつつ最善と思われることを決定しております。そのため一人残らず皆様のご要望に沿うところまでには至っておりませんが、この点どうかよろしくご了解いただきますようお願い申し上げます。

以上、当協会人間ドックの特徴をご理解いただき、今後ともよろしくお願いいたします。

人間ドックのお申込み・お問合せ
(089)987-8201



結核予防週間

〈街頭無料結核検診〉

9月24～30日の結核予防週間に街頭無料結核検診を実施しました。県内3ヶ所合わせて152名の方々に受診していただき、うち精密検査が必要な方は9名でした。結核は人から人へとうつる感染症です。感染症の怖いところは、自分でも気付かないうちに周りの人にうつしてしまう可能性があることです。結核の初期症状は風邪とよく似ていますが、長引く咳やタン、微熱、倦怠感、胸痛などの症状があれば早めに医療機関で受診してください。



	中予地区	東予地区	南予地区
日時	9月30日(木)	9月25日(土)	9月25日(土)
場所	フジグラン松山店	フジグラン新居浜店	フジグラン北宇和島店
検診人数	68名	57名	27名



〈複十字シール運動街頭募金〉

9月23日(木)、松山市大街道アーケード内において複十字シール運動街頭募金を行いました。あいにくの天候にもかかわらず、約150名の方々より結核撲滅のための善意の募金をいただきました。

複十字シール募金は途上国の結核対策支援や胸部検診車の整備、結核予防の普及啓発などに使わせていただいております。皆さまのご支援に心よりお礼申し上げます。



「2004結核フォーラムinえひめ」開催

当協会では、結核をより身近な問題として捉え、治療及び日常生活支援等を含めた適切な看護と予防等の正しい知識を広く普及するため、愛媛病院との共催により「結核フォーラムinえひめ」を開催しております。今年度は講師に近畿中央胸部疾患センター臨床研究センター長の木村謙太郎先生をお迎えし、結核後遺症などによる呼吸不全の包括的な医療について、ご講演いただきます。また、愛媛病院副院長の西村一孝先生をはじめ、県内の結核に携わるの方々によるシンポジウムも予定しております。皆さまのご参加をお待ちしております。

特別講演 「呼吸不全の包括医療」

講師 木村 謙太郎 先生 (国立病院機構 近畿中央胸部疾患センター 臨床研究センター長)

シンポジウム 「高齢者結核の脅威－愛媛の現状とその対策－」

平成17年2月5日(土) 13:00～16:00 入場無料

愛媛県総合保健協会 9階 大会議室 (松山市味酒町1丁目10番地5)

(お問合せ/事業部 事業推進課 089-987-8203)



安心と充実の毎日のために…年に一度の健康診断

人間ドック

1日コース・2日コース・レディースコース・婦人科疾患コース



財団法人 愛媛県総合保健協会

【お申込み】保健部ドック健診係 TEL(089)987-8201



胸部ヘリカルCT

わたしの街から

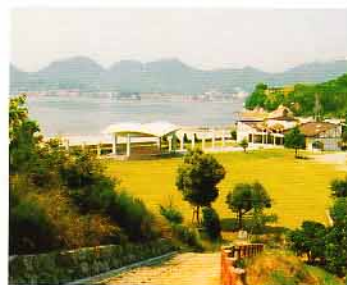
上島町生名保健センター
保健師
後藤恵理奈 さん

上島町の紹介

上島町は平成16年10月1日に誕生したばかりの新しい町です。弓削町、生名村、岩城村、魚島村の離島同士の合併であり、町内であっても島から島への移動手段は船という特殊な状況です。面積は30.35 k m²、人口は8,400人あまりと、県内の合併で新たにできる町として最小規模となります。上島町は広島県との県境に位置しており、生活、経済圏はほぼ広島県となっています。



▲生名公営渡船



はかんだ
▲サウンド波間田
海岸に沿って広がるレジャー施設。
キャンプ場としても利用できる。



これまでの健康づくりへの取り組み

上島町としての保健事業はスタートしたばかりですが、生名村(旧)としてのこれまでの取り組みでは、センター所長1名、保健師2名、管理栄養士1名と少ないスタッフの中で、地域の人々と連携しながら、子どもから大人までが心も身体もいきいきと健康に暮らせるようにと、村のスローガン『自然もいきいき 人もいきいき いきな村』のもと、保健事業を行ってきました。

住民健診では、20歳以上の住民を対象に無料の健診を実施し、さらにH10年度からは住民サービスの一貫として、年1回の総合健診を取り入れてきました。受診者は年々増加し、H16年度には基本健診の受診率が71.8%と生名村の住民の1/4が集まるほどになり、住民一人一人の健康に対する意識の高まりを強く感じる事ができました。そして、総合健診時には、各種がん検診の他に、口腔についても考える機会として、在宅歯科衛生士に

これからの保健事業

今回の合併に向けての取り組みの中では、4ヶ町村において、それぞれの島の特徴を生かした保健活動を展開していくために、健康問題を抽出、分析をし合い、各々の健康目標を立て、旧町村ごとに健康づくり計画を策定しました。

まだ、合併したばかりで戸惑うこともたくさんあり、山あり谷ありますが、4つの島が一緒になったからこそできる住民への支援や、それぞれの島の特性を生かした保健活動を明るく元気にしていけたらと思っています。



▲在宅歯科衛生士による歯科相談

よるサリバスターテストを使つての歯科相談を行っており、村の検診は体をトータルにチェックできる重要な機会となっています。

また、大人の生活習慣は子どもの頃からの積み重ねからということで、H5年度より子どもの生活習慣病予防にも力を入れてきました。小学1年生～中学3年生の全員に対し、小児生活習慣病予防健診や小児生活習慣病予防教室を行ってきた結果、親子での生活習慣改善や体調管理への意識づけができ、肥満、高コレステロール血症であった者の数値改善や新たな肥満者の出現の減少へとつながりました。この他にも、小学高学年や中学1年生に飲酒防止教室、喫煙防止教室を行うなど、学校保健との連携に努めてきました。

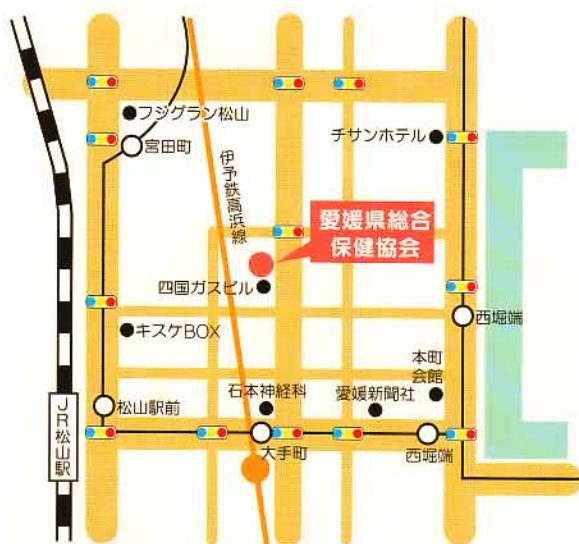
普段の保健活動では、生名自体小さな村であるため、訪問等は主に自転車に乗って村内を駆け回っており、時には出会う住民さんと立ち止まって即席の健康相談を行ったりと、村ならではの身近な関わりをもつことができます。



▲中学校での喫煙防止教室



(左から)後藤さん、菅原さん、村上課長、澤村さん▲



財団法人 愛媛県総合保健協会

<http://www.eghca.or.jp>